



BÖĞÜRTLENLİ KEFİR

<https://www.elele.com.tr>

1 bardak kefir
Bir avuç dondurulmuş böğürtlen
1 çorba kaşığı akça ağaç şurubu veya bal

Kefiri ve dondurulmuş böğürtlenleri blenderden geçirin. İçine akça ağaç şurubu ya da bal ilave ederek blenderı bir daha çalıştırın ve karışmasını sağlayın. Soğuk şekilde servis yapın.

